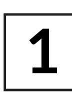
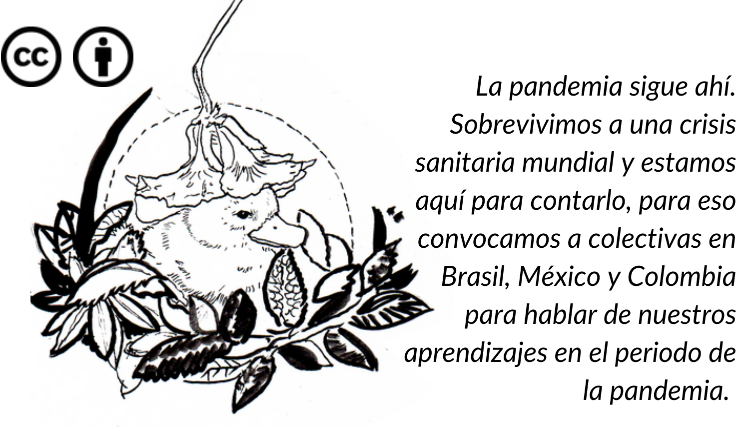


SALUD MENTAL





Para movernos en colectiva



La pandemia sigue ahí. Sobrevivimos a una crisis sanitaria mundial y estamos aquí para contarlo, para eso convocamos a colectivas en Brasil, México y Colombia para hablar de nuestros aprendizajes en el periodo de la pandemia.

En esta serie de radiofanzines les compartimos parte de nuestros diálogos y aprendizajes colectivos con tips muy concretos que nos han permitido salir adelante en situaciones difíciles.

Agradecemos la participación de Lu Ortiz de Vita Activa, a quien podrás escuchar en este radiofanzine "Salud Mental: "Hay vida para resistir" Este fanzine fue redactado por Liliana Zaragoza Cano. El proyecto fue coordinado por Candy Rodríguez y Nathaly Spitia. Ilustraciones y maquetación: Constanza Figueroa. Revisión y difusión: Indira Cornelio



El contenido de este fanzine fue realizado por Ciberseguras durante el año 2021-2022 y financiado por "Danish development AID".

En este radiofanzine buscamos desenmarañar qué es y quiénes están detrás de las violencias en línea. Compartiremos experiencias que han buscado nombrarlas, tips de acompañamiento y para realizar escucha activa. También hablaremos sobre salud mental.



Recomendamos: Cuidar nuestro cuerpo digital del Fondo de Acción Urgente

Lo digital es real, la violencia en línea es real, y nuestros cuerpos digitales están atravesados por ella. ¿Por qué algunas voces están siendo censuradas? ¿Cómo cuidar nuestra libertad de expresión y a la vez nuestro derecho a la privacidad y el anonimato? Son muchos nuestros momentos conectades, y en ellos queremos cuidarnos, escucharnos y acompañarnos sin miedo. Nuestros cuerpos sienten y reaccionan a este tipo de agresiones, por ello es importante identificar estas violencias también en nuestros espacios más íntimos, y saber que no estamos solas.



Recomendamos: Mente en línea de Tedic

Hay vida para resistir

¿Conoces las 13 formas de agresión contra mujeres y disidencias relacionadas con la tecnología?

Una de las cosas que hacemos desde Vita Activa, es decirle a las cosas con el nombre que las personas lo identifican. Gran parte de la violencia en línea que recibimos es iniciada, gestada, organizada, financiada y promovida con el interés de censurar y de violar los derechos y la libertad de expresión de las colectivas. La invitación es hacia los cuidados colectivos, comunitarios y la autodefensa.

Visita: La línea de ayuda de Vita Activa

Es importante mencionar que existen organizaciones y colectivas que ya han identificado y tipificado los distintos tipos de violencia en línea o relacionados con las tecnologías contra las mujeres.

FRAGILE

Disfruta esta canción

¡Dale play y escucha este radiofanzine! Comparte con nosotras